

**BIMBINGAN AGAMA DALAM MENANGANI MASALAH
STRES KERJA DI IBU PEJABAT POLIS**

DAERAH KUANTAN

SKRIPSI

Diajukan untuk melengkapi Tugas-Tugas Dan
Memenuhi Syarat-Syarat Mencapai Gelar
Sarjana Sosial (S.Sos.)

Oleh :

SAIDAH AFIFAH BINTI SIDEK

NIM : 12.133.030

Program Studi : Bimbingan Penyuluhan Islam



**FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
BIMBINGAN PENYULUHAN ISLAM
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA
MEDAN
2017**

**BIMBINGAN AGAMA DALAM MENANGANI MASALAH
STRES KERJA DI IBU PEJABAT POLIS
DAERAH KUANTAN**

SKRIPSI

Diajukan untuk melengkapi Tugas-Tugas Dan
Memenuhi Syarat-Syarat Mencapai Gelar
Sarjana Sosial (S.Sos.)

Oleh:

**SAIDAH AFIFAH BINTI SIDEK
NIM : 12.133.030**

Program Studi: Bimbingan Penyuluhan Islam

Pembimbing I

Pembimbing II

**Prof. Dr. H. Abdullah, M.Si.
NIP : 19621231 198903 1 047**

**Hj. Cut Metia, M.Psi
NIP : 19661201 200501 1 002**

**FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
BIMBINGAN PENYULUHAN ISLAM
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI**

SUMATERA UTARA MEDAN 2017

ABSTRAK

Nama : Saidah Afifah Binti Sidek
 NIM : 12133030
 Jurusan : Bimbingan dan Penyuluhan Islam (BPI)
 Judul Skripsi : Bimbingan Agama Dalam Menangani Masalah Stres Kerja Di
 Ibu Pejabat Polis Daerah Kuantan
 Pembimbing I : Prof. Dr. H. Abdullah, M.Si
 Pembimbing II : Hj. Cut Metia, M.Psi

Penelitian di Ibu Pejabat Polis Daerah Kuantan ini bertujuan untuk mengetahui proses bimbingan agama yang dilakukan oleh Ibu Pejabat Polis Daerah Kuantan terhadap anggota polisi yang stres kerja, untuk mengetahui metode bimbingan agama yang dilakukan oleh Bagian Agama Dan Konseling (BAKA) dan juga untuk mengetahui bagaimana hasil yang dicapai dari kegiatan bimbingan agama yang dilakukan oleh Ibu Pejabat Polis Daerah Kuantan.

Jenis penelitian ini berbentuk penelitian lapangan (*field research*) dengan pendekatan kualitatif. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di Ibu Pejabat Polis Daerah Kuantan dapat ditarik kesimpulan bahwa dengan adanya bimbingan agama di Balai Polis tersebut dapat membantu menyelesaikan masalah yang di hadapi oleh anggota polis dengan lebih positif dan efektif.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan peneliti di Ibu Pejabat Polis Daerah Kuantan ialah dalam menerapkan bimbingan agama sudah terlaksana dengan baik. Hal ini menunjukkan bahwa metode yang digunakan di Ibu Pejabat Polis Daerah Kuantan ini ialah metode keterampilan komunikasi, metode keterampilan membuat refleksi, metode keterampilan psikoanalisis, metode keterampilan memberi dorongan, metode keterampilan kedinamisan, metode keterampilan kemandirian, metode keterampilan al-akhlak al-karimah dan metode keterampilan membuat rumusan yang telah diberikan kepada anggota polis yang mengalami stres kerja. Selain itu juga, dengan adanya bimbingan agama terhadap anggota polis keberhasilan dari proses metode bimbingan agama adalah anggota polis yang bermasalah menjadi lebih bertanggungjawab, perubahan sikap sedikit demi sedikit dan lebih beretika dalam setiap melakukan pekerjaan. Peneliti hanya memilih informan yang ditujukan secara langsung untuk mendapatkan informasi yang dibutuhkan. Hasil penelitian ini membuktikan bahwa penerapan bimbingan agama di Ibu Pejabat Polis Daerah Kuantan berjalan lancar dalam arti kata bimbingan agama dalam menangani masalah stres kerja terlaksana dengan baik dengan adanya perubahan sikap dan tingkah laku dalam bekerja dan lebih taat dalam ibadah keseharian.

KATA PENGANTAR

بسم الله الرحمن الرحيم

Alhamdulillah segala puji bagi Allah Tuhan semesta alam yang telah menjadikan hidup manusia penuh dengan keberkahan setiap harinya, hanya kepada-Nya lah segala puji dan junjungan yang selalu kita aturkan seraya mengucapa syukur yang tak terhingga. Selanjutnya berselawat dan salam kepada junjungan besar Nabi Muhammad Saw, semoga kita mendapat syafaatnya di akhirat kelak.

Bagi mahasiswa yang akan menyelesaikan pendidikannya dan memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos). Penulisan skripsi merupakan suatu kewajiban yang harus dilaksanakan, tentunya setelah mahasiswa memenuhi segala persyaratan yang telah ditentukan oleh lembaga pendidikan bersangkutan.

Tiada kata yang dapat di ucap selain rasa syukur karena peneliti telah memenuhi segala persyaratan sehingga peneliti berjaya menyelesaikan penulisan skripsi ini. Dalam penulisan skripsi ini, peneliti telah memilih penelitian yang berjudul: *“Bimbingan Agama Dalam Menangani Masalah Stres Kerja Di Ibu Pejabat Polis Daerah Kuantan”*.

Untuk itu, bagi kesempatan yang baik ini izinkan peneliti menyampaikan rasa hormat, penghargaan dan jutaan terima kasih yang tulus kepada:

1. Orang tua saya, yang banyak memberikan segala macam sumbangan, sokongan, dorongan dan juga bimbingan, bahkan segala jasa dan pengorbanan yang mereka curahkan kepada penulis akan saya hargai dengan sebaiknya yaitu Sidek Bin Buang dan Maznah Binti Mamat.
2. Kepada Rektor Universitas Islam Negeri Sumatera Utara (UINSU), yaitu Prof. Dr. H. Saidurrahman, M. Ag beserta para Wakil Rektor yang telah menaruh simpati dan bantuan sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini.
3. Kepada Dekan Fakultas Dakwah Dan Komunikasi yaitu Drs. Soiman, M.A., para Wakil Dekan, Ketua Jurusan yaitu Syawaluddin Nasution, M.Ag., Sekretaris yaitu Elfi Yanti Ritonga, MA, dan Staf Program Bimbingan Penyuluhan Islam yang telah menaruh simpati dan bantuan sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini.
4. Kepada Prof. Dr. H. Abdullah, M.Si selaku Pembimbing Skripsi I dan Hj. Cut Metia, M.Psi selaku Pembimbing Skripsi II saya yang telah banyak memberikan tunjuk ajar sehinggakan berhasil satu skripsi ini. Jutaan terima kasih yang tak terkira nilainya buat Prof. Dr. H. Abdullah, M.Si dan Hj. Cut Metia, M.Psi juga selaku dosen dan tenaga pengajar di Fakultas Dakwah dan Komunikasi yang banyak memberikan bimbingan serta sokongan moral kepada anak mahasiswa bagi terus bersemangat sehingga bisa menjadi seorang yang berguna pada masa akan datang.

5. Kepada adik beradik saya Muhammad Sabirin, Muhammad Sadruddin, Safarah Adilah, Muhammad Saifullah dan Muhammad Syafaatullah. Kalian semua telah banyak memberikan semangat untuk saya teruskan menyiapkan dengan sempurna penulisan skripsi ini.
6. Kepada sahabat baik saya yang selalu ada dengan saya yang memberikan semangat dan dorongan bagi menyiapkan semua penulisan skripsi ini dari awal hingga akhir yaitu Rokiah Sakroni, Nurul Farhanah, Aisyatul Tasnim, Nurul Najihah, Khairunnisa Samad, Noor Shahera Rosli, Farah Hamizah, Sri Umirah Syahirah, Muhammad Amirul, Zul Asraf dan banyak lagi yang turut setia memberi semangat dan dorongan dalam penulisan skripsi ini.
7. Kepada pihak Ibu Pejabat Polis Daerah Kuantan yaitu pegawai konseling Encik Saiful, penulis mengucapkan ribuan terima kasih karena telah memberi peluang kepada penulis untuk membuat penelitian dan pengamatan secara langsung di Ibu Pejabat Polis Daerah Kuantan dan telah memberi kerjasama yang amat baik dalam menyempurnakan proses penulisan skripsi ini.

Medan, 26 Oktober 2017

Penulis,

Saidah Afifah Binti Sidek

NIM: 12.133.030

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR.....	ii
DAFTAR ISI.....	iii
 BAB I : PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Batasan Istilah	6
D. Tujuan Penelitian.....	6
E. Manfaat Penelitian.....	7
F. Sistematika Pembahasan	8
 BAB II : LANDASAN TEORITIS	
A. Kerangka Teori.....	9
B. Kerangka Konsep	
1. Pengertian Bimbingan Agama.....	10
2. Tujuan Bimbingan Agama	15
3. Fungsi Bimbingan Agama	16
4. Tahap-tahap Bimbingan Agama.....	17

C. Stres

1. Pengertian Stres Kerja	18
2. Ciri-ciri stres Kerja	19
3. Aspek-aspek stres kerja	21
4. Gejala Stres kerja.....	23
5. Faktor yang mempengaruhi Stres kerja.....	24
D. Kajian Terdahulu	26

BAB III : METODOLOGI PENELITIAN

A. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	27
B. Jenis Penelitian	28
C. Informan Penelitian	29
D. Sumber Data	30
E. Teknik Pengumpulan Data	30
F. Teknis Analisis Data.....	32

BAB IV : PEMBAHASAN DAN HASIL PENELITIAN

A. Proses Bimbingan Agama Yang Digunakan Oleh Bagian Agama Dan Konseling (BAKA) Di Ibu Pejabat Polis Daerah Kuantan Terhadap Polisi Yang Mengalami Stres Kerja	35
--	----

B. Penerapan Metode Bimbingan Agama Dalam Menyelesaikan Masalah Polisi Yang Mengalami Stres Kerja Oleh Bagian Agama Dan Konseling (BAKA) Di Ibu Pejabat Polis Daerah Kuantan.....	43
C. Keberhasilan Yang Dapat Tercapai Dari Pelaksanaan Bimbingan Agama Dalam Menangani Masalah Stres Kerja Di Ibu Pejabat Polis Daerah Kuantan	53

BAB V : PENUTUP

A. Kesimpulan	58
B. Saran	59

DAFTAR PUSTAKA	61
-----------------------------	-----------

DAFTAR RIWAYAT HIDUP	63
-----------------------------------	-----------

DAFTAR WAWANCARA	65
-------------------------------	-----------

LAMPIRAN	66
-----------------------	-----------

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Polisi merupakan salah satu institusi penegak hukum yang bertugas melindungi dan mengayomi masyarakat. Apabila sebuah negara memiliki produktivitas dan motivasi kerja yang tinggi, maka laju roda akan berjalan dengan kencang, yang akhirnya akan menghasilkan kinerja dan pencapaian yang baik khususnya sektor pekerjaan polisi. Di sisi lain, bagaimana mungkin sebuah negara itu berjalan dengan baik, seandainya sistem pekerjaan tidak terstruktur dengan baik. Hal ini berarti, tidak memiliki semangat kerja yang tinggi, tidak fokus dalam bekerja dan memiliki moral yang rendah serta mengalami stres kerja.

Stres merupakan aspek kehidupan tidak dapat dihindari dalam kehidupan modern. Kejadian sehari-hari yang disebabkan oleh tekanan-tekanan seperti, kemacetan lalu lintas, polusi udara, urusan sekolah anak, urusan rumah tangga, kenaikan BBM, tuntutan pekerjaan dan waktu penyelesaian tugas di kantor, perubahan organisasi, masalah karier, kesepian, merupakan sumber-sumber stres. Stres adalah ketidakmampuan seseorang untuk menghadapi ancaman (nyata dan yang dibayangkan) yang mengakibatkan serangkaian respon dan adaptasi. Stres dapat mengakibatkan perasaan-perasaan depresi, frustrasi dan kekhawatiran.

Stres di tempat kerja diakui sebagai tantangan besar bagi kesehatan pekerja dan kesehatan organisasinya. Pekerja yang mengalami stres cenderung kurang sehat, kurang motivasi, kurang produktif dan kurang nyaman di tempat kerja. Stres di tempat kerja dapat menjadi masalah untuk organisasi dan untuk para pekerjanya. Organisasi kerja yang baik dapat memberikan layanan pencegahan stres, dan pengusaha dan atasan di tempat kerja dapat melindungi para pekerja yang mengalami stres terkait pekerjaan.

Stres ialah intraksi antara individu dan lingkungan yang ditandai dengan ketegangan emosional berpengaruh dengan ketegangan mental, dan fisik seseorang. Stres merupakan salah satu penyakit psikis yang dapat berdampak pada fisik. Keadaan tersebut sangat berpengaruh pada perkembangan suatu pemikiran. Apalagi dalam keadaan yang tidak stabil juga berdampak pada kejiwaan seseorang. Jika tidak dapat dikendalikan dan terjerumus dalam hal yang negatif, maka nyawa seseorang pun tidak akan selamat.

Tidak berdampak pada diri sendiri melainkan pada orang lain khususnya keluarga dan umunya masyarakat. Sebagaimana firman Allah Swt yang diterangkan dalam surat Al-Ma'arij ayat 19-23:¹

﴿ إِنَّا الْإِنْسَانَ خُلِقَ هَلُوعًا ۝ إِذَا مَسَّهُ الشَّرُّ جَزُوعًا ۝ وَإِذَا مَسَّهُ الْخَيْرُ مَنُوعًا ۝ إِلَّا الْمُصَلِّينَ ۝ الَّذِينَ هُمْ عَلَى صَلَاتِهِمْ دَائِمُونَ ۝ ﴾

¹Departemen Agama RI, Al-quran Dan Terjemahan , (Bandung: Penerbit CV J-ART, 2005), hlm. 569

Artinya: Sesungguhnya manusia diciptakan bersifat keluh kesah lagi kikir. Apabila ia ditimpa kesusahan ia berkeluh kesah, dan apabila ia mendapat kebaikan ia amat kikir, kecuali orang-orang yang mengerjakan shalat, yang mereka itu tetap mengerjakan shalatnya.

Daripada penjelasan ayat di atas dapat disimpulkan bahwa kepribadian sangat menentukan. Apalagi kepribadiannya utuh dan jiwanya sehat, ia akan menghadapi semuanya dengan tenang. Kepribadian di dalamnya terdapat unsur-unsur keimanan yang kuat, teguh, dan berbagai masalah yang dihadapinya dengan tenang tanpa resah, cemas, gundah dan panik. Namun orang yang jauh dari agama bisa jadi ia akan marah tanpa sasaran yang jelas, atau memarahi orang lain sebagai sasaran kemarahannya.

Selain itu, dapat disimpulkan bahwa terjadinya stres anggota polisi di Ibu Pejabat Polis Daerah Kuantan adalah suatu perasaan tertekan yang dialami polisi dalam menghadapi masalah misalnya masalah pribadi dengan keluarga, kurangnya dukungan keluarga, kurangnya pengetahuan dan pendidikan tentang agama dan masalah pribadi lainnya yang disebabkan oleh stres yang datang dari lingkungan keluarga, masyarakat, dan kerja, seperti lingkungan di Ibu Pejabat Polis Daerah Kuantan, organisasi bahkan dari individu itu sendiri.

Salah satu lembaga yang mengatasi masalah stres kerja di Ibu Pejabat Polis Daerah Kuantan adalah Bagian Agama dan Konseling (BAKA). Bagian Agama dan Konseling (BAKA) merupakan bimbingan agama dan memberikan nasehat yang terbaik kepada anggota polisi yang mengalami stres kerja. Di sinilah peran penting

bimbingan yang dilakukan oleh lembaga ini. Tujuan utama Bagian Agama dan Konseling (BAKA) didirikan adalah untuk melahirkan pemimpin yang berwibawa dan berkepribadian, membentuk warga polisi berakhlak, profesional dan bijaksana. Selain itu, dapat meningkatkan mutu disiplin berlandaskan etika murni dan cemerlang, meningkatkan pembangunan diri dan kesadaran kemajuan dalam bekerja. Adapun proses dan metode yang dilakukan oleh Bagian Agama dan Konseling (BAKA) dalam mengatasi masalah stres kerja polisi adalah dengan bimbingan agama kepada anggota yang mengalami masalah stres kerja. Bimbingan agama ini dapat membantu dan memberi pertolongan kepada anggota dalam mengatasi kesulitan-kesulitan di dalam kerja sehari-harinya.

Bimbingan Agama merupakan proses pemberian bantuan dari seorang pembimbing (konselor) kepada (klien). Dalam pelaksanaan pemberian bantuan, seorang pembimbing tidak boleh memaksakan kehendak atau mewajibkan klien untuk mengikuti apa yang disarankannya, melainkan sekedar memberi arahan, bimbingan dan bantuan, dan bantuan yang diberikan itu lebih terfokus kepada bantuan yang berkaitan dengan kejiwaan/mental dan bukan yang berkaitan dengan material atau finansial secara langsung. Berdasarkan pemaparan di atas, maka peneliti tertarik meneliti dan membuat judul “Bimbingan Agama Dalam Menangani Masalah Stres Kerja Di Ibu Pejabat Polis Daerah Kuantan”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latarbelakang masalah yang telah peneliti kemukakan diatas, maka yang menjadi rumusan masalah dalam peneliti skripsi ini adalah:

1. Bagaimana proses bimbingan agama yang digunakan oleh Bagian Agama dan Konseling (BAKA) di Ibu Pejabat Polis Daerah Kuantan terhadap polisi yang mengalami stres kerja?
2. Bagaimanapenerapan metode bimbingan agama dalam menyelesaikan masalah polisi yang mengalami stres kerja oleh Bagian Agama dan Konseling (BAKA)di Ibu Pejabat Polis Daerah Kuantan?
3. Bagaimana keberhasilan yang dapat tercapai dari pelaksanaan bimbingan agama dalam menangani masalah stres kerja di Ibu Pejabat Polis Daerah Kuantan?

C. Batasan Istilah

Untuk menghindari kesalah pahaman pengertian yang benar dalam penelitian ini juga menghindari pemahaman antara peneliti dengan pembaca dalam menelaah masalah skripsi ini maka peneliti menjelaskan sebagai berikut:

1. Bimbingan Agama adalah upaya membantu individu belajar cara mengembangkan fitrah atau kembali kepada fitrah, dengan cara memberdayakan iman. Dan kemauan yang dikaruniakan Allah Swt. Dalam penelitian ini yang dimaksud bimbingan agama adalah proses, metode dan

hasil dari bimbingan agama tersebut. Dalam penelitian ini yang dimaksud dengan Bimbingan Agama adalah proses, teknik dan hasil dari bimbingan tersebut.

2. Polisi yang bermasalah termasuk dengan insan yang menghadapi kesulitan atau konflik dalam diri sehingga mencapai masalah yang susah untuk diatasi oleh diri, dalam konteks ini ditujukan kepada polisi yang mempunyai masalah seperti stres kerja.

D. Tujuan Penelitian

Berdasarkan latarbelakang masalah yang telah peneliti kemukakan diatas, maka yang menjadi tujuan masalah dalam peneliti tujuan masalah dalam penelitian skripsi ini adalah:

1. Untuk mengetahui prosesbimbingan agama yang digunakan oleh Bagian Agama Dan Konseling (BAKA) di Ibu Pejabat Polis Daerah Kuantan.
2. Untuk mengetahui penerapan metode bimbingan agama dalam menyelesaikan masalah polisi yang menagalami stres kerja oleh Bagian Agama Dan Konseling (BAKA) di Ibu Pejabat Polis Daerah Kuantan.
3. Untuk mengetahui keberhasilan yang dapat tercapai dari pelaksanaan bimbingan agama dalam menangani masalah stres kerja di Ibu Pejabat Polis Daerah Kuantan.

E. Manfaat Penelitian

Dengan tercapainya tujuan penelitian di atas diharapkan hasil penelitian ini berguna untuk manfaat teoritis dalam pengembangan keilmuan :

1. Sebagai landasan bagi penulis. Untuk mendapat gambaran tentang proses bimbingan agama di Bagian Agama Dan Konseling (BAKA) di Ibu Pejabat Polis Daerah Kuantan.
2. Sebagai kewajiban bagi peneliti dalam melakukan penelitian sebagai realisasi ilmu yang diperoleh selama kuliah di Universitas Islam Negeri Medan.
3. Sebagai perbandingan bagi peneliti lain yang ingin membahas masalah yang sama.

F. Sistematika Penulisan

Untuk menentukan pembahasan, maka skripsi ini akan di susun secara sistematis mulai dari pendahuluan sampai kepada penutup dan kesimpulan yang terdiri dari bab dan subbab yang saling berkaitan.

1. Bab I pendahuluan : bab ini membahas tentang latar belakang masalah, batasan istilah, rumusan masalah, tujuan penelitian dan sistematika pembahasan
2. Bab II Landasan Teoritis : Bab ini membahas tentang Kerangka Teori, Kerangka Konsep, Kemandirian dan Kajian terdahulu.

3. Bab III Metodologi Penelitian : Bab ini membahas tentang jenis penelitian, lokasi penelitian, subjek penelitian, sumber data, teknik pengumpulan data dan teknik pengolahan dan analisis data.
4. Bab IV Hasil Penelitian: Bab ini membahas tentang proses bimbingan agama yang digunakan oleh Bagian Agama Dan Konseling (BAKA), penerapan metode bimbingan agama dalam menyelesaikan masalah polisi yang mengalami stres kerja dan keberhasilan yang dapat tercapai dari pelaksanaan bimbingan agama dalam menangani masalah stres kerja di Ibu Pejabat Polis Daerah Kuantan.
5. Bab V Penutup : Bab ini menjelaskan tentang kesimpulan dan saran.

BAB II

LANDASAN TEORITIS

A. Kerangka Teori

Teori *Rational Emotif Therapy* (RET)

Istilah *Rational Emotive Therapy* sulit diganti dengan istilah bahasa Indonesia dapat dideskripsikan dengan mengatakan corak konseling yang menekankan kebersamaan dan interaksi antara berpikir dan akal sehat (*rational thinking*), berperasaan (*emoting*), dan berperilaku (*acting*), serta berpikir dapat menghasilkan perubahan yang berarti dalam cara berperilaku dan berperasaan. Maka, orang yang mengalami gangguan dalam alam perasaannya, harus dibantu untuk meninjau kembali caranya berpikir dan memanfaatkan akal sehat.²

Pelopop dan sekaligus promotor utama corak konseling ini adalah “Albert Ellis” (1913-2007), yang telah menerbitkan banyak karangan dan buku antara lain buku yang berjudul *Reason and Emotion in Psychotherapy* (1962), *A new Guide to Rational Living* (1975), serta karangan yang berjudul *The Rational-Emotive Approach to Counseling* dalam buku Burks *Theories of Counseling* (1979). Menurut pengakuan Ellis sendiri, corak konseling *Rational-Emotive Therapy* (disingkat RET) berasal dari aliran pendekatan Kognitif-Behavioristik.

²Gerald Corey, *Teori Dan Praktek Konseling Dan Psikoterapi*, (Bandung: PT Eresco, 1988), hlm. 241

Teorinya mempunyai kemiripan dengan terapi kognitif Aaron Beck (yang dirumuskan secara terpisah pada waktu hampir bersamaan) dan terapi mood baru David Burns. Para ahli psikologis klinis sering mengkhususkan diri dalam bidang konseling perkawinan dan keluarga. Pada mulanya Ellis mendapat pendidikan dalam pengalaman prakteknya ia merasa kurang meyakini psikoanalisa yang dianggap Ortodoks. Oleh karena itu berdasarkan pengalaman dan pengetahuannya dalam teori belajar *behavioral*, kemudian ia mengembangkan suatu pendekatan sendiri yang disebut *Rational Emotive Therapy* (RET) atau Terapi Rasional Emotif.

Berdasarkan teori rasional emotif ini dengan kajian peneliti dapat disimpulkan bahwa terapi yang berusaha menghilangkan cara berpikir klien yang tidak logis, tidak rasional dan menggantinya dengan sesuatu yang logis dan rasional dengan cara mengonfrontasikan klien dengan keyakinan-keyakinan irasionalnya serta menyerang, menentang, mempertanyakan, dan membahas keyakinan-keyakinan irasional agar klien tidak mengalami stres.

B. Kerangka Konsep

1. Pengertian Bimbingan Agama

Bimbingan merupakan terjemahan dari *Guindance* dalam bahasa Inggris, *guindance* berasal dari kata “*guide*” yang dikaitkan dengan kata asal *guide* yang diartikan: menunjukkan jalan (*showing away*), memimpin (*leading*), menuntun (*conducting*), memberi petunjuk (*giving instruction*), mengatur

(*regulation*), mengarahkan (*governing*) dan memberikan nasehat (*giving advice*). Adapun dalam bahasa ini istilah *guidance* digunakan untuk pengertian bimbingan.³

Dalam artian luas, bimbingan dapat diartikan sebagai satu proses menolong individu untuk memahami diri mereka dan dunia mereka. Alice Crow mengatakan bimbingan ialah bantuan yang diberikan kepada seorang individu untuk menentukan tujuannya, baik jangka pendek maupun jangka panjang, merencanakan cara-cara bertindak dan memperbaiki sikap serta tingkah laku dalam aspek-aspek perlu oleh individu itu.

Berdasarkan pendapat-pendapat di atas tersebut dapat dikemukakan bahwa bimbingan adalah upaya membantu individu belajar mengembangkan fitrah dan atau kembali kepada fitrah, dengan cara memberdayakan (*empowering*) iman, akal, dan kemauan yang dikaruniakan Allah Swt untuk mempelajari tuntunan Allah dan rasul-Nya, agar fitrah yang ada pada individu itu berkembang dengan benar dan kukuh sesuai tuntunan Allah Swt.⁴

Pengertian bimbingan agama ini seperti yang telah disinggung di atas terkandung adanya aktivitas yang sepihak, yaitu dari yang memberikan bimbingan. Bimbingan diberikan lebih bersifat tuntunan, bersifat pencegahan agar masalah-

³Hamdani dkk, *Bimbingan dan penyuluhan*, (Bandung: CV Pustaka Setia, 2012), hlm. 81

⁴ Anwar Sutoyo, *Bimbingan & Konseling Islami (Teori & Praktik)*, (Yogyakarta: Celeban Timur, 2015), hlm. 22

masalah jangan sampai timbul, sekalipun juga tidak lepas sama sekali dari segi pemecahan masalah.⁵

Agama yang dimaksudkan dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia adalah sistem yang mengatur tata keimanan (kepercayaan) dan peribadatan kepada Tuhan Yang Maha Kuasa serta tata kaidah yang berhubungan dengan pergaulan manusia dan manusia serta lingkungannya. Kata "agama" berasal dari bahasa Sansekerta āgama yang berarti "tradisi". Sedangkan kata lain, untuk menyatakan konsep ini adalah religi yang berasal dari bahasa Latin religio dan berakar pada kata kerja re-ligare yang berarti "mengikat kembali". Maksudnya dengan bereligi, seseorang mengingat dirinya kepada Tuhan.

Menurut Lahmudin Lubis mengatakan bimbingan agama adalah sangat berkaitan dengan tuhan dan agama, artinya setiap muslim mempunyai tanggungjawab atau kewajiban untuk memberikan nasehat dan bantuan kepada sesamanya, terlebih lagi jika seseorang (konselor) melibatkan saudaranya (klien) yang sedang menghadapi masalah atau persoalan. Konselor dalam konseling adalah amanah dan terdapat unsur ibadah di dalamnya. Dengan kata lain keikhlasan dari seorang konselor sangat diharapkan. Dalam konseling agama ini bersumber dari agama (Alquran dan Hadis) disamping juga bersumber dari aktivitas akal dan pengalaman manusia.⁶

⁵ Bimo Walgito, *Bimbingan & Konseling*, (Jakarta: Andi Offset, 2010), hlm 55

⁶ Lahmuddin Lubis, *Bimbingan Konseling Di Indonesia*, (Medan: Perdana Mulya Sarana, 2011), hlm 60-61

Demikian juga halnya dalam mendefinisikan bimbingan agama, terdapat beberapa pakar yang mencoba memberikan pengertiannya, diantaranya, beliau mendefinisikan bimbingan agama adalah proses pemberian bantuan terhadap individu agar mampu hidup sejalan sesuai dengan ketentuan dan petunjuk Allah, sehingga dapat mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan di akhirat.

Berdasarkan pengertian ini, bimbingan agama merupakan proses bimbingan sebagaimana proses bimbingan lainnya, tetapi dalam segala aspek kegiatannya selalu berlandaskan ajaran Islam yaitu sesuai dengan prinsip – prinsip Alqur'an dan sunnah Nabi Muhammad Saw.

Bimbingan agama merupakan proses pemberian bantuan dari seorang pembimbing (konselor) kepada (klien). Dalam pelaksanaan pemberian bantuan, seorang pembimbing tidak boleh memaksakan kehendak atau mewajibkan klien untuk mengikuti apa yang disarankannya, melainkan sekedar memberi arahan, bimbingan dan bantuan, dan bantuan yang diberikan itu lebih terfokus kepada bantuan yang berkaitan dengan kejiwaan/mental dan bukan yang berkaitan dengan material atau finansial secara langsung.

Sebagai seorang pembimbing, khususnya dalam melaksanakan bimbingan agama, harus mampu mengembang tugas seperti yang dimotivasikan oleh Alqur'an kepada umat Islam pada surat Ali- Imran ayat 110 kepada kliennya, yaitu :

Allah Taala berfirman dalam Surat Ali-Imran ayat 110:

كُنْتُمْ خَيْرَ أُمَّةٍ أُخْرِجَتْ لِلنَّاسِ تَأْمُرُونَ بِالْمَعْرُوفِ وَتَنْهَوْنَ عَنِ الْمُنْكَرِ وَتُؤْمِنُونَ
بِاللَّهِ وَلَوْ ءَامَنَ أَهْلُ الْكِتَابِ لَكَانَ خَيْرًا لَهُمْ مِّنْهُمْ الْمُؤْمِنُونَ وَأَكْثَرُهُمُ
الْفَاسِقُونَ ﴿١١٠﴾

Artinya: Kamu adalah umat yang terbaik yang dilahirkan untuk manusia, menyuruh kepada yang ma'ruf, dan mencegah dari yang munkar, dan beriman kepada Allah. Sekiranya ahli kitab beriman, tentulah itu lebih baik bagi mereka, di antara mereka ada yang beriman, dan kebanyakan mereka adalah orang-orang yang fasik.⁷

Sebagaimana dikutip Imam Al-Qurthubi, mengatakan bahwa keunggulan umat Islam itu dengan syarat memenuhi sifat-sifat yang disebut dalam ayat itu. Ada tiga sifat yang dimiliki oleh umat pengemban risalah Muhammad Saw ini yang menyertai prediket anugerah Allah Swt sebagai umat yang terbaik, yakni: menyuruh kepada yang ma'aruf, nencegah dari yang mungkar dan beriman kepada Allah Swt sebagaimana terdapat dalam lafaz "*kalian menyuruh kepada yang ma'aruf, dan mencegah dari yang munkar, dan beriman kepada Allah*".

⁷Departemen Agama RI, *Qura'an Tajwid dan Terjemah*, (Jakarta, Maghfirah Pustaka), 2006), hlm. 64

Itulah tiga sifat yang menjadi unsur-unsur kebaikan umat Muhammad Saw. Dalam hal ini perlu dipahami bahwa iman kepada Allah Swt tentu harus ada terlebih dahulu sebelum ada dua hal yang lain, yakni amar ma'aruf nahi munkar. Demikian pula, umat yang terbaik itu mesti iman kepada risalah Islam. Karena aktivitas amar ma'aruf nahi munkar tidak ditentukan oleh tradisi masyarakat, melainkan oleh syariat yang diturunkan Allah Swt.

2. Tujuan Bimbingan Agama

Tujuan yang ingin dicapai melalui bimbingan agama adalah agar fitrah yang dikaruniakan Allah kepada individu bisa berkembang dan berfungsi dengan baik, sehingga menjadi (pribadi kaaffah) yaitu imannya benar dan mantap dan imannya menyatu dengan tindakannya, artinya ia mampu mengaktualisasikan apa yang diimaninya itu dalam kehidupan sehari-hari, yang tampil dalam bentuk kepatuhan terhadap hukum-hukum Allah dalam melaksanakan tugas kekhalifahan di bumi, dan ketaatan dalam beribadah dengan mematuhi segala perintah-Nya dan menjauhi segala larangan-Nya.⁸

Ada fitrah iman yang dikaruniakan Allah pada manusia, jika dikembangkan dengan baik, akan menjadi pendorong atau pengendali dan sekaligus pemberi arah bagi fitrah jasmani, rohani dan *nafs*, akan membuahkan amal shaleh yang menjamin keselamatan hidup di dunia dan akhirat. Esensi fitrah iman yang bukan sekadar

⁸Anwar Sutoyo, hlm. 207

ucapan di mulut, tetapi lebih dari itu adalah membenarkan dengan hati dan mewujudkan dalam amal perbuatan. Hanya dengan menjalankan syari'at agama secara benar, potensi fitrah iman yang dikaruniakan Allah kepadanya bisa berkembang secara optimal dan selamat dalam kehidupan di dunia dan akhirat. Agar individu dapat menjalankan syari'at dengan benar, maka ia harus berupaya dengan sungguh-sungguh untuk memahami dan melaksanakan kandungan kitab suci dan sunnah Rasul-Nya.⁹

3. Fungsi Bimbingan Agama

Dengan memperhatikan tujuan umum dan khusus bimbingan dan konseling agama tersebut, dapat dirumuskan fungsi dari bimbingan dan konseling agama sebagai berikut:

- a. Fungsi Preventif: yaitu membantu individu menjaga atau memecahkan timbulnya masalah bagi dirinya.
- b. Fungsi Kuratif atau korektif: yaitu membantu individu memecahkan masalah yang sedang dihadapi atau dialaminya
- c. Fungsi Preservatif: yaitu membantu individu menjaga agar situasi dan kondisi yang semula tidak baik (mengandung masalah) yang telah menjadi baik (terpecahkan) kembali menjadi tidak baik (menimbulkan masalah kembali).¹⁰

⁹ H. Ramayulis & Mulyadi, *Bimbingan Konseling Islam di madrasah dan sekolah*. (Jakarta: Kalam Mulia, 2016), hlm. 135

¹⁰ Tohari Musnamar, *Dasar-Dasar Konseptual Bimbingan Dan Konseling Islam*, (Yogyakarta: PD. Hidayat, 1992), hlm. 34

- d. *Fungsidesvelopmental* atau pembangunan: yaitu membantu individu memelihara dan mengembangkan situasi dan kondisi yang telah baik agar tetap baik atau menjadi lebih baik, sehingga tidak memungkinkannya menjadi sebab munculnya masalah baginya.¹¹

4. Tahap-tahap Bimbingan Agama

Bimbingan Agama bisa dilakukan dengan tahap-tahap berikut:¹²

- a. Meyakinkan individu tentang hal-hal berikut (sesuai kebutuhan)
 - i. Posisi manusia sebagai makhluk ciptaan Allah, bahwa ada hukum-hukum atau ketentuan Allah(sunnatullah) yang berlaku bagi semua manusia, (seperti: kelengkapan tubuh, batas-batas kemampuan fisik dan psikis, rezekinya kapan hidupnya berakhir dan di mana masing-masing individu hendak diakhiri semua tergantung pada ketentuan Allah SWT).
 - ii. Tujuan Allah menciptakan manusia agar manusia melaksanakan amanah dalam bidang keahlian masing-masing sesuai ketentuan Allah (khalifah fil ardh) dan sekaligus beribadah kepada-Nya.
 - iii. Ada hak manusia untuk berikhtiar atau berusaha semaksimal mungkin, tetapi perlu diingat bahwa dari keberhasilannya masih tergantung pada izin Allah.

¹¹ *Ibid*, hlm. 35

¹² <http://Lensaakomunika.blogspot.com> diakses pada tanggal 22 Februari jam 14.25

- b. Mendorong dan membantu individu memahami dan mengamalkan ajaran agama secara benar.

Pada tahap ini konselor mengingatkan kepada individu bahwa: a) agar individu selamat dalam hidupnya di dunia dan akhirat, maka ia harus menjadikan ajaran agama sebagai pedoman dalam setiap langkahnya. b) mengingat ajaran agama itu luas, maka individu perlu menyisihkan sebagian waktu dan tenangnya untuk mempelajari ajaran agama secara rutin dengan memanfaatkan berbagai sumber dan media. Peran konselor pada tahap ini adalah sebagai pendorong dan sekaligus pendamping bagi individu dalam mempelajari dan mengamalkan ajaran agama, dengan demikian diharapkan secara bertahap individu mampu membimbing dirinya sendiri.

C. STRES

1. Pengertian Stres Kerja

Stres kerja adalah hasil dari tidak atau kurang adanya kecocokan antara orang (dalam arti kepribadiannya, bakatnya, dan kecakapannya) dan lingkungannya, yang mengakibatkan ketidakmampuannya untuk menghadapi berbagai tuntutan terhadap dirinya secara efektif. Menurut Anogara, stres kerja adalah suatu bentuk tanggapan seseorang, baik fisik maupun mental terhadap suatu perubahan di lingkungannya yang dirasakan mengganggu dan mengakibatkan dirinya terancam.

Menurut Robbins, stres menunjukkan suatu kondisi dinamika yang dimana seorang individu dikonfrontasikan dengan suatu peluang, kendala, atau tuntutan yang dikaitkan dengan apa yang diinginkan dan yang hasilnya dipersepsikan sebagai hal yang tidak pasti.¹³

Siagian menyatakan bahwa stres merupakan kondisi ketegangan yang berpengaruh terhadap emosi, jalan pikiran, dan kondisi fisik seseorang. Stres yang tidak diatasi dengan baik biasanya berakibat pada ketidakmampuan seseorang untuk berinteraksi secara positif dengan lingkungannya, baik dalam arti lingkungan pekerjaan maupun lingkungan luar lainnya. Berdasarkan beberapa pengertian yang telah dijelaskan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa stress kerja adalah sesuatu yang dirasa memberikan tekanan akibat adanya ketidakseimbangan antara beban kerja yang diterima dengan kemampuan kepribadian individu dalam memberikan tanggapan baik secara fisik maupun mental terhadap berbagai urusan pekerjaan yang dirasa tidak menyenangkan.¹⁴

2. Ciri-ciri Stres Kerja

Ciri-Ciri Kognitif

Jika diterjemahkan secara sederhana, maka stres tak lain adalah persoalan kejiwaan yang pada akhirnya bermuara pada jasmani seseorang. Ciri-ciri kognitif dari stres biasanya muncul terlebih dahulu ketimbang gejala fisik.

¹³Robbins Stephen, hlm. 65

¹⁴*Ibid*, hlm. 37

Namun, sering kali kita tak menyadari hal tersebut sebab unsur kognitif stres terlihat normal. Adapun beberapa ciri-ciri stres dalam lingkup kognitif sebagai berikut:

- a. Mudah merasa ingin marah (sensitif).
- b. Merasa putus asa saat harus menunggu.
- c. Gelisah, gugup dan cemas yang berlebihan.
- d. Selalu merasa takut pada hal yang tidak jelas dan tanpa alasan.
- e. Susah untuk memusatkan pikiran.

Ciri-ciri stres di atas merupakan gejala awal yang sering dianggap hal yang normal. Memang mengidentifikasi gejala stress bukan hal yang mudah, tetapi jika Anda mengalami lebih dari empat ciri-ciri kognitif di atas, besar kemungkinan Anda sedang berada di fase awal stres tanpa Anda sadari.

Ciri-ciri Fisik

Selain menyangkut masalah emosional, ternyata pada tahap yang lebih parah, penderita stress menunjukkan gejala fisik antara lain:

- a. Otot-otot sering terasa tegang. Merasa lelah sewaktu bangun di pagi hari, menjelang sore dan bahkan setelah menyantap makanan.
- b. Sakit punggung bagian bawah, merasa tak nyaman di bahu atau leher, sakit di bagian dada, sakit perut, kram pada otot.
- c. Iritasi atau ruam kulit yang tidak dapat dijelaskan kategorinya.
- d. Denyut jantung cepat dan cenderung berdebar-debar.

- e. Telapak tangan dan sekujur tubuh sering berkeringat padahal tidak melakukan aktivitas fisik.

Hubungan antara stres dengan penyakit bukan merupakan hal yang baru. Bahkan beberapa ahli dengan tegas menyatakan bahwa stres adalah tekanan yang berakibat pada menurunnya beberapa fungsi organ tubuh. Jika hanya masalah kejiwaan, maka hal tersebut adalah depresi dan bukan stres. Pelepasan hormon stres seperti adrenalin yang terjadi secara berulang dan cepat menjadi biang rusaknya atau menurunnya kinerja hormon. Beberapa dokter berpendapat bahwa hormon stres juga sebenarnya “memakan” sel-sel darah putih. Sebagai akibatnya, daya tahan tubuh menurun secara drastis sehingga penyakit lebih mudah menjangkiti tubuh seseorang.

3. Aspek-Aspek Stres Kerja

Stres kerja dikategorikan dalam beberapa aspek-aspek stres kerja oleh Beehr dan Newman meliputi:

- a. Aspek fisiologis bahwa stres kerja sering ditunjukkan pada symptoms fisiologis. Penelitian dan fakta oleh ahli-ahli kesehatan dan kedokteran menunjukkan bahwa stres kerja dapat mengubah metabolisme tubuh, menaikkan detak jantung, mengubah cara bernafas, menyebabkan sakit kepala, dan serangan jantung. Beberapa yang teridentifikasi sebagai symptoms fisiologis adalah:¹⁵

1. Meningkatnya detak jantung, dan tekanan darah.
2. Mudah lelah fisik

¹⁵Mohamad Ali & Mohammad Asrori, *Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didikan*, (Jakarta: PT Bumi Aksara, 2005), hlm. 79

3. Kepala pusing, sakit kepala

4. Ketegangan otot

5. Gangguan pernapasan, termasuk akibat dari sering marah (jengkel).

b. Aspek psikologis, stres kerja dan gangguan-gangguan psikologis adalah hubungan yang erat dalam kondisi kerja. Simptoms yang terjadi pada aspek psikologis akibat dari stres adalah :

1. Kecemasan, ketegangan

2. Mudah marah, sensitif dan jengkel

3. Kebingungan, gelisah

4. Depresi, mengalami ketertekanan perasaan

5. Kebosanan

c. Aspek tingkah laku (behavioral).

Pada aspek ini stres kerja pada karyawan ditunjukkan melalui tingkah laku mereka. Beberapa symptoms perilaku pada aspek tingkah laku adalah:

1. Penundaan, menghindari pekerjaan, dan absensi.

2. Menurunnya performansi dan produktivitas.

3. Makan secara berlebihan / hilang.

4. Tindakan berlebihan.

5. Menurunnya hubungan dengan teman dan keluarga.

Menurut Cox juga mengemukakan situasi yang menekan pada pekerja dapat menimbulkan respons pada subjek, perilaku, kognitif, fisiologis maupun organisasi, yaitu:

- a. Respons pada subjek, meliputi kecemasan, agresi, acuh, kebosanan, depresi, kelelahan, frustrasi, kehilangan kesabaran, rendah diri, gugup, dan merasa kesepian.
- b. Respons pada perilaku, meliputi kecenderungan mendapat kecelakaan, alkoholik, penyalahgunaan obat-obatan, emosi yang tiba-tiba meledak, makan berlebihan, merokok berlebihan, perilaku yang mengikuti kata hati, dan tertawa gugup.
- c. Respons pada kognitif, meliputi ketidakmampuan mengambil keputusan yang jelas, konsentrasi yang buruk, rentang perhatian yang pendek, sangat peka terhadap kritik, dan rintangan mental.
- d. Respons pada fisiologis, misalnya meningkatnya kadar gula, meningkatnya denyut jantung dan tekanan darah, kekeringan di mulut, berkeringat, membesarnya pupil mata, dan tubuh panas dingin.

4. Gejala-gejala Stres Kerja

Secara umum seseorang yang mengalami stres pada pekerjaannya akan menampilkan gejala-gejala yang meliputi 3 aspek, yaitu :¹⁶

- a. Gejala-gejala fisiologis memiliki indikator yaitu : terdapat perubahan pada metabolisme tubuh, meningkatnya kecepatan detak jantung dan nafas,

¹⁶ *Ibid*, hlm. 85

meningkatnya tekanan darah, timbulnya sakit kepala dan menyebabkan serangan jantung.

- b. Gejala-gejala psikologis memiliki indikator yaitu : terdapat ketidakpuasan hubungan kerja, tegang, gelisah, cemas, mudah marah, kebosanan dan sering menunda pekerjaan.
- c. Gejala-gejala perilaku memiliki indikator yaitu : terdapat perubahan pada produktivitas, ketidakhadiran dalam jadwal kerja, perubahan pada selera makan, meningkatnya konsumsi rokok dan alkohol, berbicara dengan intonasi cepat, mudah gelisah dan susah tidur, meningkatnya agresivitas dan kriminalitas, menurunnya kualitas hubungan interpersonal dengan keluarga dan teman, kecenderungan untuk melakukan bunuh diri.

Adapun gejala stres ditempat kerja yang sering terjadi, yaitu:

- a. Kepuasan kerja rendah.
- b. Kinerja yang menurun.
- c. Semangat dan energi menjadi hilang
- d. Komunikasi tidak lancar
- e. Pengambilan keputusan jelek

5. Faktor Yang Mempengaruhi Stres Kerja

Robbins mengidentifikasi tiga perangkat faktor-faktor yang mempengaruhi stres kerja, meliputi lingkungan (*environmental*), organisasional (*organizational*) dan individu yang bertindak sebagai sumber potensial dari stres. Stres bergantung pada perbedaan individual seperti pengalaman kerja dan

kepribadian. Gejalanya muncul sebagai keluaran atau hasil fisiologis, psikologis, dan perilaku dan tergambar pada model bagian dibawah ini. Penjelasan mengenai faktor-faktor yang dapat mengakibatkan stres kerja menurut Robbins adalah sebagai berikut:¹⁷

a. Faktor Lingkungan(*Environmental factors*).

Lingkungan kerja tidak hanya memberikan pengaruh terhadap desain struktur organisasi, namun juga pada stres yang terjadi antara pekerja dan organisasinya.

b. Faktor Organisasional(*organizational factors*).

Tekanan dan tuntutan yang dilakukan untuk menghindari error dan menyelesaikan pekerjaan dalam waktu yang terbatas, pekerjaan yang berlebihan, tuntutan yang berlebihan pada pekerjaan, pimpinan yang tidak perhatian, dan rekan kerja yang tidak nyaman.

c. Faktor individual

Secara umum individu bekerja dalam 40 sampai 50 jam dalam seminggu. Pengalaman dan masalah yang dihadapi individu di luar jam kerja dapat mempengaruhi efektivitas pekerjaan. Faktor-faktor individual, misalnya masalah keluarga, masalah ekonomi, dan kepribadian individu dapat menjadi sumber stres kerja.

¹⁷Robbins stephen, hlm. 53

Dari uraian di atas, dapat ditarik kesimpulan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi stres kerja adalah faktor intrinsik dalam pekerjaan seperti tuntutan fisik dan tuntutan tugas, peran dalam organisasi, pengembangan karir, hubungan dalam pekerjaan, struktur dan iklim organisasi.

f. Kajian Terdahulu

Penelitian skripsi yang dilakukan oleh Agusniawan dari Universitas Islam Negeri Sumatera Utara dengan judulnya Bimbingan Konseling terhadap polisi yang bermasalah dalam perjudian Sabung Ayam di Bali, menemukan tindakan perjudian sabung ayam di Bali semata-mata terjadi profanisasi nilai-nilai sakral prosesi keagamaan menjadi bentuk perjudian sabung ayam oleh para polisi yang bermasalah dalam perjudian.

Profanisasi nilai-nilai sakral oleh para penjudi, yang berbentuk perjudian sabung ayam, menurut temuan Andrianto, telah menjadi lahan oknum polisi untuk mengutip uang sehingga menjadi hubungan patron klien antara oknum polisi dengan penyelenggara perjudian sabung ayam. Berdasarkan pelacakan arti tindakan judi dari berbagai perspektif di atas, lantas bagaimana cara bimbingan konseling dalam mensikapi dan bertindak seperti apa dan bagaimana terhadap polisi yang bermasalah.

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Lokasi Penelitian

1. Profil Lembaga

Penelitian ini dilaksanakan di Ibu Pejabat Polis Daerah, Jalan Mahkota, 25000 Kuantan, Pahang Darul Makmur. Ibu Pejabat Polis Daerah Kuantan adalah sebuah kantor yang menempatkan anggota-anggota polisi, kakitangan awam, dan pegawai polisi yang bekerja setiap hari berhadapan pelbagai masalah dengan masyarakat mau pun dengan anggota polisi sendiri yang memiliki masalah sosial seperti stres kerja. Di dalam Ibu Pejabat Polis Daerah Kuantan juga terdapat bagian yang akan membantu menyelesaikan masalah yang dihadapi oleh anggota polisi yaitu Bagian Agama Dan Konseling (BAKA).

Bagian Agama Dan Konseling (BAKA) ditubuhkan pada tahun 2007 di dalam Ibu Pejabat Polis Daerah Kuantan. Bagian Agama Dan Konseling (BAKA) ini juga mempunyai dua unit cawangan yaitu bagian agama dan bagian konseling. Pada bagian agama unit ini dilaksanakan oleh ustazah Puan Zaituakma Bin Hamzah manakala bagian konseling dilaksanakan oleh selaku pegawai psikologi yaitu Encik Saiful Hamin Bin Ya'acob @ Mohamad.

2. Visi

Peneraju bagi mengekalkan malaysia selamat, aman dan sejahtera.

3. Misi

Memberi perkhidmatan profesional dan berkualiti dalam melindungi negara bagi menjamin masyarakat selamat, aman dan sejahtera.

B. Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini adalah penelitian lapangan yaitu pendekatan kualitatif, yaitu prosuder penelitian yang menghasilkan data-data deskriptif berupa kata-kata dalam bentuk tulisan maupun lisan dari individu dan perilaku yang diamati. Penelitian kualitatif berupaya menggambarkan fenomena sosial secara holistik (utuh) tanpa perlakuan manipulatif. Keaslian dan kepastian merupakan faktor yang sangat ditekankan.¹⁸

Objek penelitian ini adalah untuk melihat seberapa ramai wanita karier yang mempunyai kesan psikologis ataupun tekanan terhadap kerjanya sehingga menyebabkan pelbagai masalah yang timbul dalam kehidupannya. Oleh itu, tidak bertolak dari teori deduktif melainkan berangkat dari fakta sebagaimana adanya. Rangkaian fakta yang dikumpulkan, dikelompokkan, ditafsirkan dan disajikan

¹⁸M. Sayuthi Ali, *Metodologi Pnelitian, Pendekatan Teori Dan Praktek* (Jakarta : RajaGrafindo Persada,2002), hlm 59

sehingga menghasilkan teori. Sedangkan pendekatan keilmuan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan bimbingan islam.

C. Informan Penelitian

Informan penelitian adalah para Polisi Diraja Malaysia Kantor Polisi Kuantan, Pahang yang berjumlah 5 orang, antara lain:

Tabel 1

RESPONDEN PENELITIAN

NO	NAMA	JABATAN	USIA
1	Encik Saiful Hamin Bin Ya'acob @ Mohamad	Pegawai Konseling	50 Tahun
2	Puan Zaituakma Binti Hamzah	Polisi (Konselor)	41 Tahun
3	Encik Noor Rashid Bin Ibrahim	Polisi (Klien)	45 Tahun
4	Encik Syed Ismail Bin Syed Azizan	Polisi (Klien)	40 Tahun
5	Encik Sri Akhil Bin Harun	Polisi (Klien)	43 Tahun

D. Sumber Data

Sumber data dalam penelitian ini digolongkan dalam dua macam data, yaitu data dari sumber primer dan data skunder.

1. Data primer adalah data pokok yang diperoleh dari informan melalui hasil wawancara, khususnya yang berkaitan dengan sejarah penubuhan, proses bimbingan konseling agama serta metode yang dilakukan. Adapun yang menjadi data primer ini berasal Polisi-Polisi Diraja yang bertugas sebagai konselor.
2. Data skunder yaitu data mendukung yang relevan dengan objek yang diteliti. Dalam penelitian ini, data skunder bersumber dari buku-buku, jurnal dan literature-literature yang relevan dengan topik yang sedang diteliti.

E. Teknik Pengumpulan Data

Sehubungan dengan jenis penelitian ini adalah kualitatif, maka untuk mengumpulkan data-data yang dibutuhkan dalam penelitian, penulis menggunakan instrument data yang relevan dengan jenis penelitian. Adapun instrument pengumpulan data adalah penelitian interview (wawancara), observasi dan dokumentasi.

1. Wawancara

Wawancara adalah merupakan pertemuan dua orang untuk bertukar informasi dan ide melalui tanya jawab . Wawancara digunakan sebagai teknik pengumpulan data apabila peneliti ingin melakukan studi pendahuluan untuk menemukan permasalahan yang harus diteliti, tetapi juga apabila peneliti ingin mengetahui hal-hal dari responden pada siang hari, observasi, yang berguna untuk memperkuat data yang diperoleh melalui wawancara.

Konsep wawancara disini adalah wawancara terstruktur, dengan bentuk tatap muka langsung (face to face interview), dan melihat langsung ke rumah responden pada siang hari. Observasi, yang berguna untuk memperkuat data yang diperoleh melalui wawancara.

2. Observasi

Observasi adalah suatu cara pengumpulan data secara langsung dengan mengamati keadaan yang ditelitinya. Dalam hal ini, peneliti melakukan pengamatan terhadap bimbingan konseling agama terhadap polisi yang bermasalah pada bahagian konseling agama (BAKA) di Kuantan.

3. Dokumentasi

Dokumentasi merupakan sumber data yang digunakan untuk melengkapi penelitian, baik berupa sumber bertulis, gambar (foto), dan karya-karya monumental

yang semua itu memberikan informasi bagi proses penelitian. Melalui dokumentasi ini penulis telah mengumpulkan pelbagai data dari pelbagai sumber bertulis.

F. Teknik Analisis Data

Miles dan Huberman (Emzir,2010) menyatakan bahwa terdapat tiga macam kegiatan analisis data kualitatif yaitu:

1. Reduksi Data

Data yang diperoleh di lapangan jumlahnya cukup banyak, untuk itu perlu dicatat secara teliti dan rinci. Mereduksi data berarti : merangkum, memilih hal-hal yang pokok, memfokuskan pada hal-hal yang penting, dicari tema dan polanya dan membuang yang tidak perlu. Data yang telah direduksi akan memberikan gambaran yang jelas dan mempermudah peneliti untuk melakukan pengumpulan data selanjutnya, dan mencarinya bila diperlukan,

Reduksi data biasa dibantu dengan alat elektronik seperti komputer dengan kode pada aspek-aspek tertentu. Dengan reduksi, maka peneliti merangkum, mengambil data yang penting, membuat kategorisasi, berdasarkan huruf besar, huruf kecil dan angka. Data yang tidak penting dibuang.

2. Model Data (Data Display)

Setelah data direduksi, maka langkah berikutnya adalah mendisplaykan data. Display data dalam penelitian kualitatif bisa dilakukan dalam bentuk uraian singkat, bagan, hubungan antara kategori, flowchat dan sebagainya. Miles dan Huberman

(1984) menyatakan : “*the most frequent form of display data for qualitative research data in the pas has been narative tex*” artinya : yang paling sering digunakan untuk menyajikan data dalam penelitian kualitatif dengan teks yang bersifat naratif. Selain dalam bentuk naratif, display data dapat juga berupa grafik, matriks, *network* (jejaring kerja).

Fenomena sosial bersifat kompleks, dan dinamis sehingga apa yang ditemukan saat memasuki lapangan dan setelah berlangsung agak lama di lapangan akan mengalami perkembangan data. Peneliti harus selalu menguji apa yang telah ditemukan pada saat memasuki lapangan yang masih bersifat hipotek itu berkembang atau tidak. Bila setelah lama memasuki lapangan ternyata yang dirumuskan selalu didukung data pada saat dikumpulkan di lapangan, maka hipotesis tersebut terbukti dan akan berkembang menjadi teori yang grounded.

Teori grounded adalah teori yang ditemukan secara induktif, berdasarkan data-data yang ditemukan di lapangan, dan selanjutnya diuji melalui pengumpulan data yang terus menerus. Bila pola-pola yang ditemukan telah didukung oleh data selama penelitian, maka pola tersebut menjadi pola yang baku yang tidak lagi berubah. Pola tersebut selanjutnya didisplaykan pada laporan akhir penelitian.

3. Penarikan/Verifikasi Kesimpulan

Langkah ketiga adalah penarikan kesimpulan dan verifikasi. Kesimpulan awal yang dikemukakan masih bersifat sementara, dan akan berubah bila tidak ditemukan bukti-bukti yang kuat yang mendukung pada tahap pengumpulan data berikutnya.

Namun bila kesimpulan memang telah didukung oleh bukti-bukti yang valid dan konsisten saat peneliti kembali ke lapangan mengumpulkan data, maka kesimpulan yang dikemukakan merupakan kesimpulan yang kredibel (dapat dipercaya).

Kesimpulan dalam peneltian kualitatif mungkin dapat menjawab umusan masalah yang dirumuskan sejak awal, tetapi mungkin juga tidak karena masalah dan rumusan masalah dalam penelitian kualitatif masih bersifat sementara dan akan berkembang setelah penelitian berada di lapangan. Kesimpulan dalam penelitian kualitatif yang diharapkan adalah merupakan temuan baru yang sebelumnya belum pernah ada. Temuan dapat berupa deskripsi atau gambaran suatu objek yang sebelumnya masih jelas, sehingga setelah diteliti menjadi jelas

BAB IV

PEMBAHASAN DAN HASIL PENELITIAN

A. Proses Bimbingan Agama Yang Digunakan Oleh Bagian Agama Dan Konseling (BAKA) di Ibu Pejabat Polis Daerah Kuantan Terhadap Polisi Yang Mengalami Stres Kerja

Sikap hidup seorang muslim tentunya dipedomi dan dilandasi suatu aqidah atau iman, seperti yang terkandung dalam rukun iman, untuk memelihara iman dan meningkatkan mutunya, bimbingan agama memiliki peran yang sangat besar di samping bimbingan jenis yang lain.

Seluruh aspek dalam bimbingan agama memiliki hubungan yang erat dengan keimanan kepada Allah Swt, bagi seorang muslim yang taat dan rajin beribadah kepada Allah Swt tentu dirinya sering melakukan kewajiban-kewajiban yang dituntut oleh agama. Contohnya, bagi seorang suami kewajibannya untuk mencari nafkah bukan semata-mata karena kewajibannya tetapi untuk memenuhi nafkah anak dan isterinya, lebih dari itu keinginan mencari nafkah adalah bagian dari ibadah kepada Allah SWT. Usaha daripada manusia, tetapi rezeki Allah jugalah yang menentukannya.

Dalam bimbingan agama terkandung nilai-nilai dan daya guna yang tinggi apabila ditinjau dari segi aspek disiplin, agama merupakan media positif untuk mendidik manusia dan masyarakat hidup secara disiplin dan lebih teratur. Melalui

penegakan terhadap kewajiban-kewajiban yang disuruh dalam agama, seorang muslim berarti tetap memperhatikan adanya rasa tanggungjawab bukan hanya kepada manusia tetap bertanggungjawab kepada Allah SWT yang lebih utama.

Di sisi lain, bimbingan agama tidak hanya memberikan pendidikan dan pelatihan kedisiplinan. Melalui bimbingan agama merupakan sebuah aktivitas yang dapat mencegah seseorang agar tidak dapat melakukan perbuatan-perbuatan keji dan mungkar, semakin yakin seseorang itu terhadap ajaran agama tersebut, maka semakin besar pengaruh dalam dirinya untuk tidak melakukan berbagai kemungkaran dan tindak kejahatan lainnya, bagi polisi yang stres kerja ini adalah karena kurangnya didikan agama dan juga bimbingan agama yang mereka lakukan dalam kehidupan mereka dan ini telah jelas dan terlihat bimbingan agama merupakan kebutuhan yang sangat penting bagi anggota polisi yang stres kerja, terlebih lagi bimbingan agama ini baru ditekankan kepada anggota polisi yang sudah mendirikan rumah tangga supaya dapat mengelakkan perkara yang tidak diinginkan seperti cerai dan sebagainya.

Indikator seseorang yang dikatakan beriman dan bertakwa adalah melalui ketekunannya melaksanakan perintah-perintah Allah Swt seperti pelaksanaan shalat, misalnya, selain tidak hanya kewajiban yang harus dilakukan seorang muslim karena itu perintah Allah Swt yang telah diberikan kepadanya, shalat juga memiliki nilai-nilai dan juga pengaruh yang baik bagi seseorang yang melaksanakannya, shalat yang dilakukan dengan khusyuk dapat menghindarkan seseorang itu daripada melakukan perbuatan keji dan mungkar yang sangat dibenci oleh agama maupun masyarakat,

polisi yang bermasalah ini adalah merupakan pilihan Allah Swt, mereka seharusnya merasa beruntung dan bersyukur karena dipilih untuk menggapai ridha Allah Swt dan merupakan bagian dari usaha untuk meningkatkan iman seseorang kepada Allah Swt khususnya di dalam semua jiwa anggota polisi di Ibu Pejabat Polis Daerah Kuantan supaya kita dapat melahirkan polisi yang cerdas pemikirannya dan berdisiplin.

Menurut konselor agama atau lebih dikenali sebagai pegawai konseling di Bagian Konseling Dan Agama (BAKA) Kuantan pengalaman ajaran agama menjadi sebuah problematika dalam kehidupan polisi sehingga menyebabkan menimbulkan masalah di dalam diri mereka seperti masalah di tempat kerja.

Dengan adanya pegawai konseling terhadap polisi yang bermasalah ini sekurang-kurangnya dapat membantu polisi ini untuk menyelesaikan masalah yang mereka hadapi dalam kehidupan mereka baik di tempat kerja atau pun di rumah bersama keluarga. Dengan adanya bimbingan yang diberikan oleh Bagian Agama Dan Konseling (BAKA) kepada polisi yang bermasalah bisa memikirkan jalan yang terbaik untuk menyelesaikan konflik yang ada dalam diri anggota-anggota atau pegawai polisi yang bermasalah, dalam krisis ini dan permasalahan ini Bagian Agama Dan Konseling (BAKA) ini telah melaksanakan bagaimanakah proses-proses yang akan dilakukan oleh Bagian Agama Dan Konseling (BAKA) untuk membantu polisi-polisi yang bermasalah ini dari berlakunya dan terjadinya masalah sehingga timbul masalah-masalah yang tidak diinginkan dalam anggota polisi seperti tidak berdisiplin dan sebagainya. Bagian Agama Dan Konseling (BAKA) akan memberikan

bimbingan dan konseling agama kepada anggota polisi tersebut dapat bekerja dalam keadaan aman dan tenteram, tidak stres, tidak bermasalah dan mengikut undang-undang yang telah diterapkan dalam Polisi Diraja Malaysia.

Berdasarkan hasil wawancara dengan Encik Saiful konseling Bagian Agama Dan Konseling (BAKA) Kuantan atau lebih dikenali sebagai Pegawai Konseling. Di Ibu Pejabat Polis Daerah Kuantan pada tanggal 12 April 2017 proses-proses yang dilakukan oleh Bagian Agama Dan Konseling kepada anggota polisi yang bermasalah itu tergantung kepada anggota polisi itu sendiri. Menurut Bagian Agama Dan Konseling (BAKA) mereka banyak menerima aduan dan pengaduan dari anggota-anggota polisi terkait dengan masalah yang ditanggung mereka sehingga menyebabkan mereka kurang memberi tumpuan dalam kerja dan membahayakan nyawa orang lain, sekiranya masalah yang ditanggung mereka menyebabkan prestasi kerja mereka merosot, mereka akan diambil tindakan tata tertib dalam kerja baik diskor kerja ataupun di pecat terus tergantung dengan apa kesalahan yang telah mereka lakukan, berdasarkan hal itu salah seorang dari anggota polisi tersebut di minta datang ke Bagian Agama Dan Konseling (BAKA) untuk berdiskusi terkait apa masalah yang di hadapi dalam pekerjaan mereka. Di antara proses-proses konseling yang dilakukan oleh di Bagian Agama Dan Konseling (BAKA) yaitu:¹⁹

¹⁹Hasil temuan Wawancara Bersama Encik Saiful Hamin Bin Ya'acub (Pegawai Konseling Ibu Pejabat Polis Daerah Kuantan), Tangaal: 12. 04. 2017, Jam 10.35

1. Proses-proses Konseling:

- a. Proses Taaruf/sesi pengenalan dan mengenal identifikasi masalah

Proses bimbingan dan konseling itu dimulai oleh Encik Saiful Hamin dengan membawa klien tersebut ke kamar konselor, menurutnya, dalam proses pertama konselor akan memulai konseling dengan sesi taaruf atau berkenalan dengan klien, melalui sesi taaruf dan pengenalan itu konselor dapat mengenali sedikit prihal sifat klien itu tersebut, dengan sesi taaruf dan pengenalan tersebut akan membuat konselor lebih dekat dan ramah dengan klien, setelah selesai proses taaruf bersama klien, konselor akan bertanya apa yang perlu dibantu dan dengan persoalan itu klien mulai bercerita masalah yang dihadapinya baik di tempat kerja atau pun di luar tempat kerja.

Dalam hal itu juga, konselor akan mengenal apakah penyebab masalah yang sebenarnya sedang di hadapi oleh klien tersebut, ini karena menurut konselor ketika klien sudah memulai mengekspresikan masalah mereka akan lebih banyak timbul masalah-masalah yang dihadapi mereka di tempat kerja atau pun di luar tempat kerja, namun dalam masalah itu, hanya satu masalah pokok yang akan lebih nampak jelas apakah masalah sebenarnya klien anggota polisi tersebut, ketika telah selesai proses itu, maka konselor pun mencoba untuk membantu klien anggota polisi itu agar lebih tenang dan nyaman, ketika telah mengekspresikan segala masalah yang di hadapinya maka proses identifikasi masalah pun mulai di kenal dan mencoba untuk dipahami dan di bantu oleh konselor.

b. Proses *follow up*/evaluasi

Selanjutnya sesi konseling di teruskan oleh Encik Saiful Hamin berdasarkan hasil wawancara 12 April 2017, bahwa proses (*follow up*) ini juga tidak tunduk pensyaratan yang telah dikemukakan, ini karena ketika anggota polisi yang bermasalah telah selesai sesi konseling yang pertama, sebelumnya konselor akan bertanya kepada klien anggota polisi apakah ingin melanjutkan sesi konseling akan datang atau pun tidak, dan rata-rata anggota polisi itu akan meminta proses konseling yang selanjutnya yaitu (*follow up*) terhadap permasalahan yang ditanggung mereka.²⁰

Selain itu, menurut konselor Bagian Agama Dan Konseling (BAKA) Kuantan yaitu Encik Saiful Hamin proses (*follow up*) atau evaluasi yang dilakukan Bagian Agama Dan Konseling (BAKA) juga, konselor akan menelepon klien anggota polisi yang bermasalah itu dan menanyakan keadaan diri dan permasalahan mereka. Konselor juga akan menanyakan perkembangan tempat kerja klien anggota polisi tersebut, apakah ada perubahan atau pun sebaliknya, dalam waktu itu juga konselor akan memberikan waktu kepada anggota polisi itu untuk memulihkan keadaan diri mereka paling lama waktu yang diberikan oleh konselor itu selama sebulan. Tempoh yang agak lama ini diberikan supaya klien anggota polisi ini dapat menyelesaikan masalahnya dan kembali bertugas dengan amanah dan bertanggungjawab.

²⁰Hasil temuan Wawancara Bersama Encik Saiful Hamin Bin Ya'acub (Pegawai Konseling Ibu Pejabat Polis Daerah Kuantan), Tangaal: 12. 04. 2017, Jam 11.00

c. Proses Waktu Pelaksanaan Konseling

Berdasarkan hasil wawancara dengan konselor Bagian Agama Dan Konseling (BAKA) yaitu Encik Saiful Hamin pada tanggal 12 April 2017, proses konseling pelaksanaan masa konseling kepada klien anggota polisi yang bermasalah ini kebiasaannya terjadi selama 45 menit saja, menurut konselor juga, terkadang klien anggota polisi yang bermasalah ini ada juga yang bercerita tentang masalah mereka hanya sedikit sahaja, dan ini akan memudahkan proses konseling itu karena tidak memerlukan waktu yang lama.²¹

Menurut Encik Saiful Hamin saat proses pelaksanaan konseling itu terkadang hampir terjadi selama 2 jam, ini karena klien anggota polisi ini menghadapi konflik atau tekanan yang sangat besar dalam kehidupannya, sehingga menyebabkan konselor itu menuruti kehendak klien anggota polisi dan mendengarkan masalah yang di hadapi oleh klien tersebut.

d. Proses Tempat pelaksanaan Konseling

Proses tempat pelaksanaan konseling itu tergantung masalah yang dihadapi oleh klien anggota polisi yang bermasalah tersebut, di mana konselor akan melihat apakah masalah klien anggota polisi ini besar atau kecil, di maksudkan masalah besar atau kecil di sini yaitu menurut konselor, ada di antara klien anggota polisi ini datang

²¹Hasil temuan Wawancara Bersama Encik Saiful Hamin Bin Ya'acub (Pegawai Konseling Ibu Pejabat Polis Daerah Kuantan), Tangaal: 12. 04. 2017, Jam 11.15

ke Bagian Agama Dan Konseling (BAKA) hanya untuk meminta pandangan dan nasihat dan ada juga yang meminta bimbingan dan konseling yaitu untuk masalah besar.

Encik Saiful Hamin mengatakan yang dimaksud masalah yang dihadapi kecil, proses tempat pelaksanaannya hanya akan dilakukan dalam kantor konselor, dan begitu juga masalah yang besar yaitu memerlukan bimbingan dan konseling, kegiatan konseling yang dilakukan para konselor Bagian Agama Dan Konseling (BAKA) hanya dilakukan di kantor atau di ruang khusus kantor. Menurut para konselor mengatakan bahwa Bagian Agama Dan Konseling (BAKA) saat ini tidak ada lagi membuat atau melaksanakan kamar atau ruangan buat klien anggota polisi yang bermasalah.

1. Materi Bimbingan Agama:

a. Seminar saudara muslim peringkat Polisi Diraja Malaysia

Bagian Agama Dan Konseling (BAKA) Kuantan telah mengadakan seminar saudara muslim peringkat Polisi Diraja Malaysia bagi sempena sambutan bulan dakwah kebangsaan. Seminar ini diadakan di Dewan Sultanah Haji Ahmad Shah Mentakab Diraja Kuantan, seminar ini diadakan tiap-tiap tahun, seminar ini diadakan bertujuan untuk meraikan saudara baru.

Seminar ini telah berjalan dengan lancar ucapan perasmian seminar ini telah disempurnakan oleh yang dihormati Tan Sri Ismail Bin Haji Omar yaitu Timbalan

Ketua Polisi Negara. Sebanyak 250 orang anggota polisi telah menyertai seminar itu, seminar ini memperbincangkan dua tema yang menarik, seminar yang pertama yang berjudul peran dan tanggungjawab saudara muslim setelah memeluk islam, pemaparan kertas kerja ini telah disampaikan oleh Encik Jalilani Penolong Pengarah Bagian Penyelidikan Jabatan Kemajuan Islam Malaysia. Dimana pemaparankertas kerja yang kedua yang berjudul Hak-Hak Dan Permasalahan Saudara Muslim dari aspek perundangan, pembentangan kertas kerja yang kedua ini disampaikan oleh Puan Ayu dari Peguam Kanan Persekuatuan Bagian Penasihat Undang-Undang Jabatan Kemajuan Islam Malaysia.

B. Penerapan Metode Bimbingan Agama Dalam Menyelesaikan Masalah Polisi Yang Mengalami Stres Kerja Oleh Bagian Agama Dan Konseling (BAKA) di Ibu Pejabat Polis Daerah Kuantan.

Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia, metod diartikan sebagai tata cara teratur untuk melaksanakan suatu pekerjaan agar tercapai sesuai dengan yang dikehendaknya, cara kerja yang bersistem untuk memudahkan pelaksanaan atau kegiatan guna mencapai tujuan yang dikehendaki.²²

Sedangkan menurut M. Arifin, metode secara harfiah adalah “Jalan yang harus dilalui” untuk mencapai satu tujuan. Metode berasal dari kata “*meta*” yang berarti melalui dan “*hodos*” yang berarti jalan. Namun pengertian hakikat dari

²²Departemen Pendidikan Nasional, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, (Jakarta, Balai Pustaka, 2002), hlm. 740

“*metode*” tersebut adalah segala sarana yang dapat digunakan untuk mencapai tujuan yang digunakan.²³

Dalam pandangan bimbingan agama manusia itu adalah makhluk yang menyimpan banyak misteri, makhluk yang berbekal masalah dan bernaluri untuk memecahkan masalahnya. Dalam hal inilah manusia itu tidak akan terbebas dari berbagai permasalahan hidup seringkali permasalahan tersebut dapat melepaskan manusia dari kudrat fitrahnya, sehingga tidak lagi mampu memahami hakikat dirinya sebagai makhluk Allah Swt, dalam perspektif Islam itu pada dasarnya manusia memiliki kemampuan dasar untuk menjadi manusia yang beragama terutama agama Islam, kemampuan dasar agama itu membuat manusia cenderung kepada kebenaran.

Selain itu, manusia telah dikarunia kemampuan besar serta kejiwaan yang mengundang kemungkinan untuk berkembang ke arah tingkah perkembangan hidup yang menguntungkan dirinya sendiri. Oleh karena itu, diperlukan bimbingan agama agar dapat menghindarkan dirinya dari perkembangan yang merugikan dirinya tersebut. Selain itu, bimbingan agama di titik beratkan pada perkembangan potensi manusia yaitu berupa fitrah itu sendiri sehingga memungkinkan terlaksananya tugas-tugas dengan baik. Potensi itu dapat digunakan untuk mencapai kemaslahatan dan kebahagiaan yang mengantarkan dirinya pada derajat yang mulia, potensi manusia

²³M. Arifin, *Pedoman Pelaksanaan Bimbingan dan Penyuluhan Agama*, (Jakarta, PT.Golden Trayon Press, 1998), hlm. 43

untuk melakukan kebaikan berdasarkan fitrahnya yang cenderung kepada kebenaran tersebut merupakan satu potensi yang tidak akan pernah habis dalam dirinya.

Perbuatan baik yang dilakukan manusia sebaiknya dilakukan atas dasar dorongan dan kesadaran serta keikhlasan, dorongan dan kesadaran serta keikhlasan akan mengakibatkan semangat untuk melakukan kebaikan tanpa mengharapkan imbalan serta mengajak manusia sentiasa dekat kepada Allah SWT, salah satu upaya untuk membangun anggota polisi yang sentiasa cerdas dan sejahtera adalah dengan melalui pelaksanaan bimbingan agama yang diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Di mana bimbingan agama ini akan dilakukan dengan menyelenggarakan berbagai aktivitas syiar Islam. Kemudian para da'i yang sekaligus juga tenaga pembimbing menyelenggarakan dialog (konsultasi atau sidang *face to face*) yang tujuannya untuk mengetahui tingkat pengetahuan dan pemahaman para anggota polisi agar lebih menjaga keharmonian hidup dengan cemerlang dan bahagia.

Pada umumnya anggota polisi ini mendapat kesenangan dan kenyamanan dalam kerja tanpa sebarang masalah yang perlu dipikirkannya ialah pada awal kerja, di mana lingkungan tersebut dalam waktu setahun ke dua tahun bertugas dalam bidang polisi menurut pegawai konselor Bagian Agama Dan Konseling (BAKA) Kuantan. Ini menunjukkan peran bimbingan agama terhadap anggota polisi yang bermasalah bagi memberi pemahaman dalam tanggungjawab bekerja dari tingkat awal sehingga ke akhirnya, dengan itu Bagian Agama Dan Konseling (BAKA) juga dilaksanakan untuk memfasilitasi para anggota polisi yang bermasalah itu agar mendapatkan bimbingan

agama supaya dapat membuka jalan kepada mereka dalam menyelesaikan segala masalah yang ditanggung mereka.

Berdasarkan keterangan yang diberikan oleh Encik Saiful yaitu konselor di Bagian Agama Dan Konseling (BAKA) Kuantan, di mana wawancara di lakukan pada 12 April 2017 di ruang kerja sendiri, menurutnya metode-metode yang dilakukan di Bagian Agama Dan Konseling (BAKA) ini kepada anggota-anggota polisi yang bermasalah mencakup beberapa metode. Di antara metode tersebut ialah:

a. Metode Keterampilan Komunikasi

Menurut konselor, metode keterampilan yaitu, komunikasi di antara konselor dan klien, di mana proses metode ini hanya akan terjadi dengan adanya komunikasi dan itu melibatkan hubungan interpersonal, yaitu hubungan konselor itu dengan anggota polisi yang bermasalah itu sendiri, dalam metode ini juga konselor akan lebih bijak untuk berkomunikasi dengan kliennya. Di tambahkan menurut konselor Bagian Agama Dan Konseling (BAKA) ini memiliki beberapa suku dan kaum, dan ini menunjukkan aksen setiap bahasa itu akan berbeda dengan wujudnya keterampilan komunikasi agar memudahkan konselor itu dan juga klien anggota polisi berbicara dan mengekspresikan serta mendengarkan masalah yang dihadapi.

Selain itu juga, para konselor di Bagian Agama Dan Konseling (BAKA) ini ada menerapkan keterampilan komunikasi lisan (verbal) dan keterampilan non lisan (non verbal). Keterampilan komunikasi verbal ini adalah mengikuti keterampilan

seperti berinteraksi dan berkomunikasi yang efektif dalam menyampaikan informasi dan ide kepada anggota polisi yang bermasalah ini. Bahkan konselor Bagian Agama Dan Konseling (BAKA) juga selalu melihat perasaan dan pemikiran selama proses konseling atau bimbingan agama itu diberikan kepada anggota polisi yang bermasalah.

Pada garis besarnya metode keterampilan lebih banyak menggunakan secara lisan (*oral methode*). Metode ini sangat ditonjolkan yaitu dengan adanya pegawai yang ditugaskan khusus memberikan bimbingan keagamaan kepada anggota polisi yang bermasalah, dengan cara pendekatan *face to face* adalah cara yang paling efektif. Di samping itu juga, klien yang tidak bisa datang bisa didatangi juga. Tanya jawab keagamaan dapat dilaksanakan secara bebas dan lebih akrab sehingga mudah untuk dideteksi.²⁴

b. Metode Keterampilan Membuat Refleksi

Metode konselor Bagian Agama Dan Konseling (BAKA), Puan Zaituakmakemahiran membuat refleksi ini dilakukan adalah untuk memberi bayangan semula tentang perasaan terhadap isi percakapan klien anggota polisi yang bermasalah tersebut.

²⁴Hasil temuan Wawancara Bersama Puan Zaituakma Binti Hamzah (Konselor Ibu Pejabat Polis Daerah Kuantan), Tangaal: 15. 04. 2017, Jam 10.35

Di mana perasaan yang tersirat dan ide-ide dari pengalaman isi terkait perihal masalah di tempat kerja yang dihadapi oleh anggota polisi yang bermasalah. Menurut beliau juga, tujuan refleksi ini diadakan pada anggota polisi yang bermasalah tersebut adalah untuk memberi keyakinan kepada anggota polisi tersebut bahwa konselor agama sedang mengikuti pesan atau luahan hati yang telah disampaikan serta memberi perhatian dan mencoba memahami apa permasalahan konselor Bagian Agama Dan Konseling (BAKA) juga memberikan contoh bagaimana sesi proses metode membuat refleksi dilakukan misalnya:

Klien : Saya sakit hati betul dengan kawan kerja tugas saya, setiap kali kami diberi tugas dia tidak memberikan fokus pada setiap pekerjaan tersebut sehingga saya yang harus bekerja dan dia hanya beristirahat saja. Dia tidak pernah memikirkan kelelahan saya dan tidak pernah mengucapkan terima kasih di atas setiap pertolongan yang saya berikan. Saya sangat marah dengan sikapnya.

Konselor : Sepertinya kamu sangat marah dengan tindakan kawan kerja kamu itu.

c. Metode Keterampilan Psikoanalisis

Berdasarkan wawancara dengan Encik Saiful selaku konselor agama di Bagian Agama Dan Konseling (BAKA), metode keterampilan psikoanalisis ini menurutnya dasar ini memandang bahwa manusia itu pada dasarnya memiliki potensi yang berkembang dan dilahirkan di dalam keadaan suci, dalam artian tidak dibebani oleh dosa warisan atau silam. Pendidikan baginya adalah suatu pengembangan atas

potensi-potensi yang ada agar diri manusia itu semakin dengan Allah dan semakin sadar akan tanggungjawabnya sebagai pengawas dan misi khalifah. Di mana menurut Imam Al-Ghazali mengemukakan anak cucu adam di fitrahkan beriman dan mengetahui Allah SWT sesuai dengan fitrahnya.

Menurutnya lagi proses metode yang dilakukan oleh Bagian Agama Dan Konseling (BAKA) kepada anggota polisi yang stres kerja adalah untuk membangkitkan rasa fitrah hidup manusia itu bagaimana dan ingin menunjukkan bahwa fitrah hidup kasih sayang di antara sesama insan amat digalakkan oleh Allah SWT dan telah dititipkan oleh Allah SWT kepada hambanya. Ini karena fitrah kasih sayang itu sangat suci dan bersih serta selalu dalam ridha dan payungannya. Menurutnya lagi, melalui metode keterampilan psikoanalisis ini juga, setiap anggota klien anggota polisi yang bermasalah itu dapat menyadari bahwa setiap manusia itu mempunyai kelemahan, oleh itu adalah hal biasa dalam bekerja terdapat beberapa hal yang membuat kita tidak selesa oleh karena sikap dan layanan yang berbeda dari setiap orang. Maka dengan itu, setiap anggota polisi haruslah berusaha dalam menyesuaikan diri mereka dengan anggota polisi yang lain.²⁵

²⁵Hasil temuan Wawancara Bersama Puan Zaituakma Bin Hamzah (Konselor Ibu Pejabat Polis Daerah Kuantan), Tangaal: 15. 04. 2017, Jam 10.55

d. Metode Keterampilan Memberi Dorongan

Menurut Puan Zaituakma, salah satu metode yang digunakan di Bagian Agama Dan Konseling (BAKA) kepada anggota polisi yang bermasalah ini adalah metode keterampilan memberi dorongan yaitu suatu tindak balas spontan baik secara verbal atau non verbal yang dilakukan olehnya dalam proses metode keterampilan komunikasi dalam proses membimbing anggota polisi yang bermasalah.

Tujuan metode ini diwujudkan adalah untuk menggalakkan klien atau anggota polisi yang bermasalah itu terus bercerita dan mengungkapkan masalah yang dihadapi. Menurut beliau ada setengah klien anggota polisi hanya berdiam dan tunduk tanpa mengeluarkan masalah yang dihadapi. Selain itu, konselor juga menunjukkan bahwa dirinya mengerti dan sedang mengikuti penjelasan klien anggota polisi yang bermasalah itu. Ini dapat dikatakan bahwa keterampilan ini sangat dilaksanakan dalam setiap bimbingan agama yang dilakukan kepada anggota polisi yang bermasalah.

e. Metode Keterampilan Kedinamisan

Bimbingan agama sebagai upaya pemberian bantuan agar klien dapat mengalami perubahan ke arah yang lebih baik. Ini adalah berangkat dari asumsi dasar manusia itu adalah makhluk dinamis. Justru itu, perubahan perilaku klien tidak sekadar mengulang-ulang hal lama yang bersifat menonton, tetapi perubahan yang senantiasa menuju pada reformasi yang lebih maju. Metode keterampilan dinamis juga

dilaksanakan dalam proses bimbingan kepada anggota polisi yang bermasalah adalah untuk memberi kesadaran dalam diri anggota polisi tersebut karena di dalam karir terdapat liku-liku pahit yang harus ditempuh. Dalam metode ini konselor Bagian Agama Dan Konseling (BAKA) akan mencobamemberi sedikit dampak yang dinamis agar anggota polisi dapat menyadari bahwa alam karir akan ada selalu perubahan sesuai dengan aliran-aliran dalam kehidupan berkarir itu haruslah selaras berdasarkan landasan yang telah ditetapkan dalam Islam khususnya.

f. Metode Keterampilan Kemandirian

Hasil wawancara bersama Puan Zaituakma, upaya kefahaman kembali konsep diri bagi klien hendaknya dilakukan oleh konselor dengan membangkitkan kembali rasa percaya diri klien anggota polisi yang bermasalah sehingga merasa mampu menyelesaikan masalah secara mandiri. Rasa percaya diri dan sikap kemandirian merupakan fenomena kefahaman tentang diri anggota polisi yang bermasalah dan kemandirian merupakan ini tujuan upaya pembimbingan yang harus dilakukan.²⁶

Menurutnya lagi dalam metode ini dilaksanakan dalam proses bimbingan kepada anggota polisi yang bermasalah karena terdapat anggota polisi yang bermasalah dan relevan dengan kehidupannya. Misalnya, seorang anggota polisi yang mempunyai kelulusan akademik yang sangat memuaskan tapi tidak berdisiplin dalam menjalankan tugas. Jadi, dengan metode keterampilan kemandirian ini anggota polisi

²⁶Hasil temuan Wawancara Bersama Puan Zaituakma Bin Hamzah (Konselor Ibu Pejabat Polis Daerah Kuantan), Tanggal: 15. 04. 2017, Jam 11.15

yang bermasalah ini dapat menyelesaikan masalahnya dengan cara kemandirian dalam hidupnya untuk menyelesaikan masalah yang tidak muncul dalam masalah-masalah.

Menurutnya lagi, seorang konselor dapat mengarahkan klien anggota polisi yang bermasalah itu berdasarkan penentuan diri sendiri, inti pendapat tersebut perlunya upaya mengaktualisasikan konsep kemandirian dalam proses bimbingan dan konseling agama sedangkan konsep kemandirian dalam Islam Allah SWT dengan tegas mengatakan bahwa manusia tidak akan memperoleh sesuatu selain dari apa yang diusahakan.

g. Metode Keterampilan al-Akhlak al-Karimah

Metode Keterampilan al-Akhlak al-Karimah ini dilaksanakan dalam sesi proses bimbingan agama kepada anggota polisi yang bermasalah di mana menurutnya dalam metode ini meliputi tujuan dan proses konseling Islami yang disarankan, dari sisi tujuan anggota polisi yang bermasalah teramata diharapkan agar sampai memiliki akhlak yang baik dalam kehidupan kerjanya. Menurutnya ada beberapa anggota polisi yang bermasalah ini tidak memiliki akhlak yang sopan dan ada juga yang cenderung melakukan kejahatan. Ini akan menyebabkan terjadinya konflik yang besar dalam kehidupannya. Menurutnya lagi, misi kerasulan Nabi Muhammad Saw adalah contoh tauladan yang terbaik yang patut dicontohi oleh setiap anggota polisi yang

bermasalah. Beliau adalah Nabi Muhammad Saw sangat jujur dalam setiap apa jua pekerjaan yang beliau lakukan.

h. Metode Keterampilan Membuat Rumusan

Metode ini adalah metode yang dilakukan oleh konselor dengan menyatakan kembali bagian isi dan perasaan penting yang telah diluahkan oleh klien dalam proses sesi konseling. Ini juga dilihat dalam metode anggota polisi yang bermasalah itu juga akan dibantu oleh konselor dengan menyatakan satu persatu apa pun keluhan hati yang telah disampaikan baik 3 masalah yang besar maupun yang kecil. Di mana menurutnya lagi dalam membuat rumusan akan dibagikan kepada dua bagian yaitu rumusan kecil dilakukan apakah di awal, pertengahan atau akhir konseling, manakala rumusan besar pula dilakukan sekali saja.

C. Keberhasilan Yang Dapat Tercapai Dari Pelaksanaan Bimbingan Agama Dalam Menangani Masalah Stres Kerja Di Ibu Pejabat Polis Daerah Kuantan

Setelah selesai melakukan konseling terhadap anggota polisi yang bermasalah ini lah hasil yang diperolehi yaitu anggota polisi dapat mengenal pasti sebab stres anggota polisi, terdapat beberapa faktor-faktor penyebab polisi stres kerja. Penyebab stres kerja bisa dari dalam diri individu sendiri yang bermasalah, faktor lingkungan sosial, faktor lingkungan pekerjaan atau pun keadaan pekerjaan yang memicu terjadinya stres.

Menurut pegawai konseling Encik Saiful yang diterimanya daripada anggota polisi yang bermasalah yaitu faktor yang dapat menimbulkan dan menyebabkan stres kerja antara lain:

a. Faktor lingkungan

Dimana perubahan yang terjadi secara tidak pasti dalam lingkungan organisasi dapat mempengaruhi tingkat stres di kalangan karyawan. Contohnya: Keamanan dan keselamatan dalam lingkungan pekerjaan, perilaku manajer tahap bawahan, kurangnya kebersamaan dalam lingkungan pekerjaan.

b. Faktor organisasional

Seperti tuntutan tugas yang berlebihan, tekanan dalam untuk menyelesaikan pekerjaan dalam kurang waktu tertentu.

c. Faktor individual

Situasi atau kondisi yang mempengaruhi kehidupan secara individual seperti faktor ekonomi, keluarga dan kepribadian karyawan itu sendiri. Menurut Sarafino (1994), faktor-faktor yang menyebabkan stres kerja adalah:

- a. Tuntutan kerja yang terlalu tinggi, seperti pekerjaan diluar kontrol pekerja yang harus dilakukan secara berulang dan terus menerus, evaluasi lampiran kerja oleh atasan.
- b. Perubahan tanggungjawab dalam kerja

- c. Pekerjaan yang berkaitan dengan tanggungjawab terhadap nyawa orang lain, seperti pekerjaan melindungi nyawa orang lain di dalam bahaya dimana memiliki beban yang tinggi terhadap nyawa orang lain sehingga menyebabkan kelelahan psikis dan akhirnya menimbulkan stres.
- d. Lingkungan fisik pekerjaan yang tidak nyaman.

Menurut dari sumber-sumber yang didapati ada juga yang menyebutkan faktor-faktor yang mempengaruhi stres kerja adalah:

- a. Kondisi kerja yang kurang baik, seperti penerangan yang kurang baik, bising, terlalu dingin atau panas, dan polusi udara
- b. Beban pekerjaan yang berlebihan baik secara kuantitatif maupun kualitatif. Tugas yang berlebihan secara kuantitatif terjadi bila penyelesaian suatu pekerjaan dalam waktu yang singkat, sedangkan tugas yang berlebihan secara kualitatif bila tuntutan pekerjaan lebih tinggi daripada pengetahuan dan keterampilan pekerja.
- c. Desakan waktu yang dibutuhkan untuk menyelesaikan suatu pekerjaan yang tidak cukup sehingga pekerjaan selesai pada waktu yang ditentukan.
- d. Bahaya fisik yang berupa kondisi kerja yang membahayakan, seperti operasi tembak menembak.
- e. Spesialisasi pekerjaan. Pada pekerjaan yang rutin dan sempit, para pekerja sulit untuk mempersepsikan pekerjaannya sehingga pekerjaan menjadi menarik dan tidak membosankan pekerja.

Pada penelitian yang dilakukan oleh Encik Saiful selaku pegawai konseling penyebab stres kerja dapat dibagi kepada dua yaitu yang berasal dari dalam individu dan dari luar individu antara lain:

- a. Dari dalam diri individu adalah usia, kondisi fisik dan faktor kepribadian, apakah kepribadian tipe A atau kepribadian tipe B, pribadi ekstrovert dan introvert yang secara keseluruhan dituangkan dalam lima faktor kepribadian (*big five factor personality* yang meliputi *ekstraversia, emotional stability, agreeableness, dan openness to experience*) dalam hal ini *emotional stability* berhubungan dengan mudah tidaknya seseorang mengalami stres.
- b. Faktor dari luar individu adalah lingkungan baik lingkungan keluarga maupun lingkungan kerja. Lingkungan mendorong kondisi kerja penuh dengan stres yang disebut stres kerja dan dapat langsung mempengaruhi keamanan pekerja dan kesehatan.

Berdasarkan uraian di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa faktor yang menyebabkan stres kerja dibagi menjadi dua bagian yaitu :

- a. Faktor internal antara lain faktor individu. Faktor individu seperti keluarga, ekonomi, dan kepribadian.
- b. Faktor eksternal antara lain faktor lingkungan dan organisasi. Faktor lingkungan berupa keamanan dan keselamatan dalam lingkungan pekerjaan, kurangnya kebersamaan dalam lingkungan pekerjaan. Faktor organisasioanal

seperti tuntutan tugas yang berlebihan, tekanan untuk menyelesaikan pekerjaan dalam kurang waktu tertentu.

Seperti mana yang diketahui setelah anggota polisi yang bermasalah sudah berjumpa dengan pegawai konseling maka mereka yang mempunyai masalah itu dapat kembali mengatasi masalahnya dengan perlahan-lahan hasil bantuan dari pegawai konseling maka mereka kembali bekerja dengan aman tanpa memikirkan sebarang masalah hanya yang dipikirkannya adalah tanggungjawabnya sebagai seorang hamba, ada dikalangan mereka begitu gembira karena dapat mengatasi masalah yang ditanggung mereka selama ini, setelah ramai anggota polisi yang bermasalah dapat menyelesaikan masalahnya, jika perkara ini dapat di atasi semua bisa menerapkan anggota polisi yang cerdas, berdisiplin, bertanggungjawab dalam melakukan pekerjaan dan melahirkan anggota polisi yang berwawasan tinggi. Sekiranya anggota polisi mempunyai jati diri yang tinggi, sehat mental dan berpikiran positif, maka bisa menyelesaikan pekerjaan dengan baik dan dapat merealisasikan dengan visi anggota polisi yaitu mengekalkan Negara Malaysia selamat, aman dan sejahtera.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan permasalahan yang diangkat oleh penulis yaitu mengenai masalah bimbingan agama dalam menangani masalah stres kerja di Ibu Pejabat Polis Daerah Kuantan, maka oleh penulis dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Proses Bimbingan Agama Yang Digunakan Oleh Bagian Agama Dan Konseling (BAKA)

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa Ibu Pejabat Polis Daerah Kuantan menggunakan proses bimbingan agama dan juga proses-proses konseling yaitu proses taaruf, proses *follow up*, proses waktu pelaksanaan konseling dan proses tempat pelaksanaan konseling.

2. Penerapan Metode Bimbingan Agama

Ibu Pejabat Polis Daerah Kuantan menggunakan penerapan metode keterampilan komunikasi, metode keterampilan membuat refleksi, metode keterampilan psikoanalisis, metode keterampilan memberi dorongan, metode keterampilan kedinamisan, metode keterampilan kemandirian, metode keterampilan al-akhlak al-karimah dan metode keterampilan membuat rumusan.

3. Keberhasilan Yang Tercapai

Keberhasilan yang tercapai oleh Ibu Pejabat Polis Daerah Kuantan adalah menerapkan anggota polisi yang cerdas, berdisiplin, bertanggungjawab dalam melakukan pekerjaan dan melahirkan anggota polisi yang berwawasan tinggi. Sekiranya anggota polisi mempunyai jati diri yang tinggi, sehat mental dan berpikiran positif, maka bisa menyelesaikan pekerjaan dengan baik.

B. Saran

Berdasarkan dari pengkajian hasil penelitian di lapangan maka penulis bermaksud memberikan saran yang mudah-mudahan dapat bermanfaat bagi lembaga maupun bagi peneliti yang selanjutnya, yaitu sebagai berikut:

1. Kepada Bagian Agama Dan Konseling (BAKA) harus berusaha mencari berbagai lagi kaedah dalam meningkatkan kualitas program yang khusus untuk memecahkan masalah stres kerja lebih baik jika bisa mendapat bantuan dari luar negara dan mengambil pandangan-pandangan ahli yang terkait dengan masalah stres kerja.
2. Kepada anggota polisi haruslah mempunyai ilmu yang berkaitan dengan karier dan profesi supaya anggota polisi bukan hanya bekerja dan bisa membina kehidupan yang lebih baik. Polisi juga harus menguasai asas-asas ilmu agama yang bisa menjadi pendamping hidup agar segala yang dilakukan sesuai dengan syariat yang pastinya menjanjikan keberhasilan dan juga kebahagiaan di dunia dan di akhirat.

3. Kepada pemerintah badan kerajaan dan masyarakat diharapkan dapat memberikan dukungan dalam segala bentuk bantuan seperti nasihat, kewangan dan tenaga dalam memastikan segala usaha yang dijalankan menjadi sukses dan dapat diteruskan dari zaman ke zaman yang seterusnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Anwar Sutoyo, 2015, *Bimbingan & Konseling Islami (Teori & Praktik)*,
Yogyakarta: Celeban Timur
- Bimo Walgito, 2010, *Bimbingan Dan Konseling (stud&karir)*, Jakarta: Penerbit Andi Offest
- Departemen Agama RI, 2006, *Qur'an Tajwid dan Terjemah*, (Jakarta: Maghfirah Pustaka)
- Departemen Pendidikan Nasional, 2002, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, (Jakarta: Balai Pustaka)
- Gerald Corey, 2010, *Teori Dan Praktek Konseling Dan Psikoterapi*. Jakarta: Reflek Aditama
- Hamdani dkk, 2012, *Bimbingan dan penyuluhan*, Bandung: CV Pustaka Setia
- Lahmudin Lubis, 2011, *Landasan Formal Bimbingan Konseling Di Indonesia*, Bandung: Pustaka Media Printis
- M. Arifin, 1998, *Pedoman Pelaksanaan Bimbingan Dan Penyuluhan Agama*, (Jakarta: PT. Golden Trayon Press)
- M. Sayuthi Ali, 2002, *Metodologi Penelitian, Pendekatan Teori Dan Praktek*, Jakarta RajaGrafindo Persada
- Mohamad Ali & Mohammad Asrori, 2005, *Psikologi Perkembangan Peserta Didikan*, Jakarta: PT Bumi Aksara)
- Ramayulis & Mulyadi, 2016, *Bimbingan Konseling Islam di madrasah dan sekolah*. Jakarta: Kalam Mulia
- Robbins Stephen, 2001, *Organizational Behavior (Terjemahan) Jilid 1, Edisi kedelapan*, (Jakarta: PT Bhuana Ilmu Populer)

Tohari Musnamar, 1992, *Dasar-Dasar Konseptual Bimbingan Dan Konseling Islam*,
(Yogyakarta: PD. Hidayat)

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Data Pribadi

Nama : Saidah Afifah Binti Sidek
 Tempat/Tanggal Lahir : Kuantan, Pahang/ 22.06.1994
 Jenis Kelamin : Perempuan
 Agama : Islam
 Alamat : Jln. Sukaria Gg. Garuda No. 11 Medan Perjuangan
 Nomor Telefon : 014-5049320
 Riwayat pendidikan :

➤ Pusat Asuhan Tunas Islam (Pasti) Sungai Isap Damai

- Sekolah Kebangsaan Permatang Badak
- Sekolah Menengah Agama Al-Attas
- Kuliah Al-Lughah Waddin Sultan Abu Bakar
- Universitas Islam Negeri Sumatera Utara, Medan (UINSU)

Data Orang Tua

Nama Ayah	: Sidek Bin Buang
Tempat/Tanggal Lahir	: Pahang/ 01.02.1960
Pekerjaan	: Pensiun Kerajaan
Agama	: Islam
Alamat	: No. 75 Perkampungan Sungai Isap Jaya, 25150 Kuantan
Nama Ibu	: Maznah Binti Mamat
Tempat/Tanggal Lahir	: Terengganu/ 21.06.1962
Pekerjaan	: Ibu Rumah Tangga
Agama	: Islam
Alamat	: No. 75 Perkampungan Sungai Isap Jaya, 25150 Kuantan

DAFTAR WAWANCARA

1. Proses bimbingan agama yang digunakan oleh Bagian Agama Dan Konseling (BAKA) di Ibu Pejabat Polis Daerah Kuantan.
 - Jelaskan proses bimbingan agama yang diberikan kepada anggota polisi yang mengalami stres kerja?
 - Jelaskan proses konseling yang diberikan kepada anggota polisi yang mengalami stres kerja?
2. Metode bimbingan agama yang diterapkan oleh Ibu Pejabat Polis Daerah Kuantan terhadap polisi yang mengalami stres kerja.
 - Jelaskan metode yang diberikan kepada polisi yang mengalami stres kerja?
 - Bagaimana metode bimbingan agama ini diterapkan kepada polisi yang mengalami stres kerja?

3. Keberhasilan yang dapat tercapai dari pelaksanaan bimbingan agama dalam menangani masalah stres kerja di Ibu Pejabat Polis Daerah Kuantan.
- Bagaimana keberhasilan dari pelaksanaan metode bimbingan agama kepada polisi yang mengalami stres kerja?

LAMPRIRAN

Bersama Encik Saiful Hamin (Pegawai Konseling) ketika wawancara.



Bersama Puan Zaituakma Binti Hamzah (Konselor).

